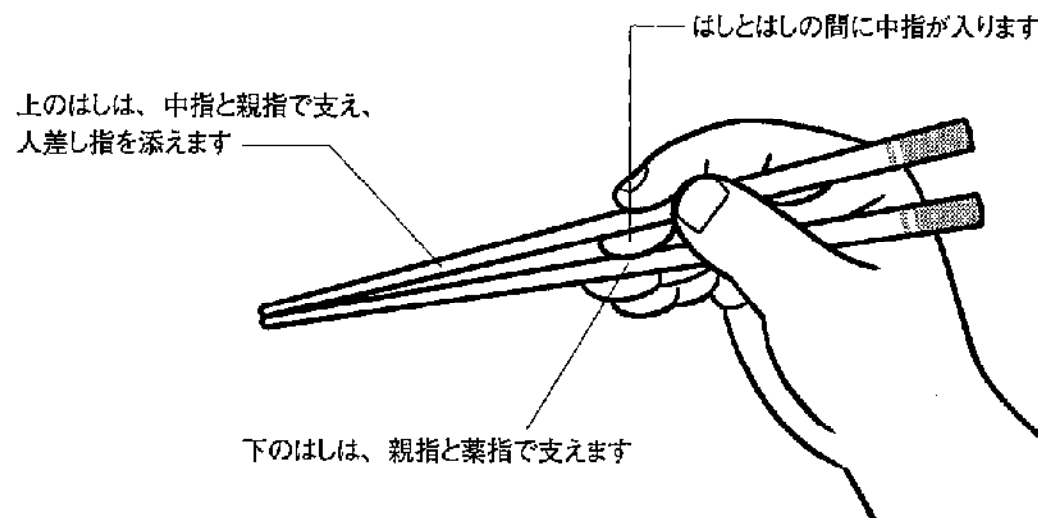


たのしくたべようニュース

はしと茶わんを上手に持とう

乳幼児期は、食事の時に手づかみから、スプーン、はしを使って食べるように成長していきます。子どもたちは、食卓でのおとなのはしの持ち方や、茶わんの持ち方を見て、まねをしながら覚えていきます。おとながまずは、正しい見本を見せながら、子どもたちに正しい持ち方を伝えていきましょう。

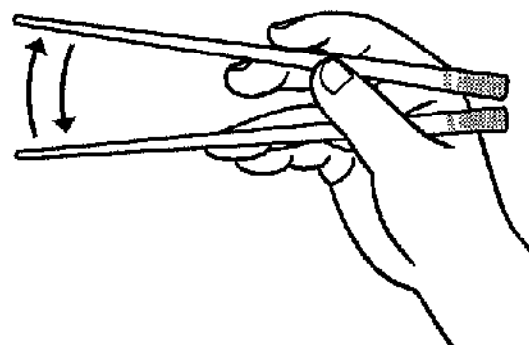
はしの持ち方



はしの使用は、手指機能が発達し、指先に力が入れるようになる、3歳頃からは望ましいようです。4～5歳になると、徐々に上達していきます。

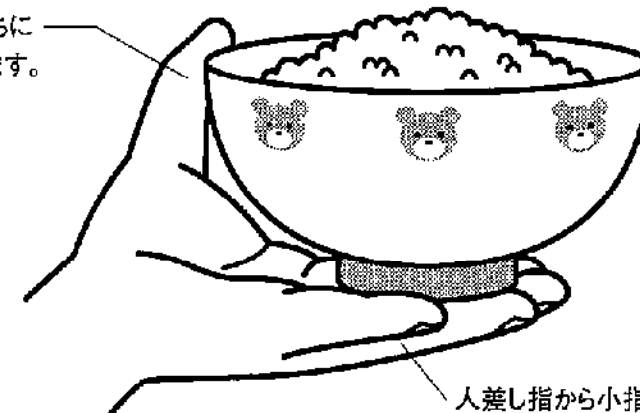
はしを選ぶ場合には、子どもの手(中指の指先から手首のつけ根まで)より2～3cm長いもので、木製で丸くない、角のあるものの方が使いやすいでしょう。

動かすのは上のはしだけです



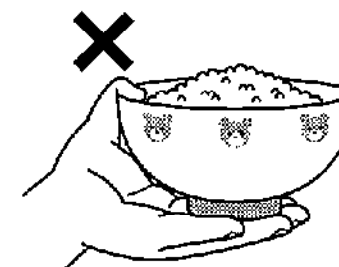
茶わんの持ち方

茶わんのふちに親指をかけます。



人差し指から小指の4本をそろえて、糸底を支えます。

子どもに使わせる茶わんの大きさは、子どもが手を開いて親指で茶わんのふちを、そのほかの指で糸底を持つことができるものを選ぶようにしましょう。



親指を茶わんの中に入れてはいけません。

はして

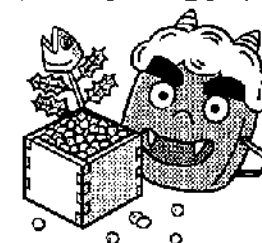
いろいろなものはさんでみよう



小さく切ったスポンジや毛糸などで試してみましょう。

2月3日は節分

節分とは、もとは立春や立夏、立秋、立冬の前日のことで、季節の変わり目を指していました。しかし、やがて立春の前日だけをいうようになりました。節分に豆まきを行うのは、豆には霊力があると信じられていて、豆をまくことで、病気や災いを追いはらうという意味があります。



監修 昭和学院短期大学 人間生活学科 准教授 島本和恵先生